

LIMA, SÁBADO 21 DE DICIEMBRE DE 2024 | @DiarioOjo | DiarioOjo | @diarioOjo | www.ojo.pe Precio: S/ 1.20 Vía aérea: S/1.50 | N°21242 | Director periodístico: Carlos Espinoza Olcay
Para toda la familia
16 JUEGOS ¡HOY! GRATIS
suplemento para pasar un sábado
"EN MODO VACILÓN"
PÁGS. 9, 10, 11 y 12
S/ 1.20
ojo
REVELA MIRTHA VÁSQUEZ, EXPRESIDENTA DEL LEGISLATIVO, QUIEN LO DESCRIBIÓ COMO "DEPARTAMENTO DE SOLTERO"
POLÍTICA pág. 2
CONGRESO TENÍA SUITE PARA MASAJES
CRECE ESCÁNDALO TRAS CRIMEN DE ABOGADA POR PRESUNTA MAFIA DE PROSTITUCIÓN
ESPACIO TAMBIÉN TENÍA JACUZZI, AIRE ACONDICIONADO, MESA, LAVADERO Y COPAS DE CHAMPÁN
PIDEN SALIDA DE EDUARDO SALHUANA DE LA PRESIDENCIA DEL PARLAMENTO
IMPACTO pág. 3
Andrés Hurtado pidió salir libre y le dictaron otra prisión preventiva
"CHIBOLÍN" PASARÁ NAVIDAD Y AÑO NUEVO EN LA CÁRCEL
CAMBIO DE DÓLAR Compra: S/3.72 Venta: S/3.74
CAMBIO DE EURO Compra: S/3.99 Venta: S/4.04
LIMA SERÁ UN HORNO
Alertan que la temperatura llegará a 31 grados en verano
IMPACTO pág. 3
ANDREA VIDAL ASESINADA

OPINAN LOS LECTORES
¿Cree que el crecimiento de la economía está beneficiando a todos los peruanos?
SÍ 33%
NO 67%

Responde en www.ojo.pe
¿Cree que Alianza Lima podrá vencer a Nacional de Paraguay para luego enfrentar a Boca Juniors en la Libertadores?

TWITTER
PATRICIA JUÁREZ
Congresista (Fuerza Popular)
@patty_juarez_

¡Sanción caiga quien caiga! Exijo al sistema de justicia una investigación exhaustiva para identificar y sancionar al responsable de la muerte de la extrabajadora del Congreso (Andrea Vidal). No más impunidad para la violencia contra las mujeres"

LA CRUDA REALIDAD

USUARIOS PIDEN MÁS BUSES

Mucha gente aprovecha estos días para salir de casa en busca del regalo navideño. Mucha gente abarrota los servicios de transporte público y centros comerciales. Y demasiado es la desidia de las autoridades. Pues cualquier momento del día parece hora punta. Y el tráfico se complica más con las obras en algunos distritos, como en Comas, donde se han roto pistas y veredas, como en la avenida Túpac Amaru. Los usuarios del transporte público son los que más padecen, pues llegan tarde a sus trabajos. Hay que llamar la atención por la pésima programación de buses en el Metropolitano, por ejemplo, que ayer anunció su servicio hasta Carabayllo. Acaso no saben que en estos días mucha gente se moviliza y hay que atender esa demanda. No es posible que los pasajeros tengan que esperar más de media hora por un bus. Ese es el panorama en Naranjal en las mañanas y en las estaciones hacia el norte en las noches. ¡Más empatía, por favor!

REVELA EXPRESIDENTA DEL LEGISLATIVO MIRTHA VÁSQUEZ

Congreso tenía un ambiente de masajes

REDACCIÓN OJO
redacción@prensmart.pe

En medio del escándalo por el asesinato de la abogado Andrea Vidal tras destaparse una presunta mafia de prostitución en el Congreso, se ha revelado que en el Parlamento había un ambiente "secreto", como un departamento de soltero, con jacuzzi, cama de masajes, copas de licores y otros artículos.

La expresidenta del Parlamento, Mirtha Vázquez, descubrió la existencia de este espacio cuando asumió el cargo (2020-2021) y lo describe en un documental que en una de las paredes de su despacho había una puerta secreta que conducía a un espacio más amplio y sofisticado.

Era "un espacio un poco secreto, bastante privado, que me mostraron como algo exclusivo", recuerda Vásquez, quien ayer ratificó haber encontrado dicho espacio.

"Era mucho más sofisticado. Incluso había una cama grande, y en el baño había un jacuzzi, que luego lo retiraron. También había una cama con masajeador, que supongo que se usaba cuando alguien estaba estresado", mencionó ayer a RPP.

Al portal Infobae precisó que dicho ambiente aún existe y fue instalado durante la gestión de Carlos Ferrero Costa, quien presidió el Congreso entre 2001 y 2003, durante el gobierno de Alejandro Toledo.

OJO AL DATO
Testigos indicaron a Hildebrandt en sus trece que a las reuniones organizadas por Jorge Torres Saravia asistían altos funcionarios y trabajadores del Legislativo.

ROCHE. Al conocerse esta nueva denuncia, el congresista de Honor y Democracia, José Cueto, dijo que "sería saludable" que Eduardo Salhuana, actual titular del Congreso, dé un paso al costado para que haya transparencia en las investigaciones por la denuncia de proxenetismo.

Salhuana, respondió que "las bancadas decidirán" si presentan una moción de censura en su contra y negó la existencia de un "búnker" en el Congreso o su despacho. Afirmó que lo que hay es un comedor que permite que el presidente del Congreso atienda invitados con "cierta privacidad".

Mientras tanto, el Parlamento decidió ayer conformar una comisión ad hoc para investigar la presunta red de proxenetismo, que tiene a Jorge Torres Saravia, exjefe de Asesoría Legal y Constitucional, como principal acusado.

El semanario Hildebrandt en sus trece reveló chats que demostrarían que Jorge Torres Saravia habría contratado a mujeres a cambio de servicios sexuales en el Parlamento.



• Cama encontrada en espacio "secreto" del Parlamento.


• Piden que Eduardo Salhuana deja el cargo.

FOTONOTICIA

LA ECONOMÍA PERUANA SIGUE EN CRECIMIENTO

"Los resultados que estamos viendo de la economía son bastante positivos", declaró ayer Julio Velarde, presidente del Banco Central de Reserva del Perú (BCR). "El crecimiento del producto bruto interno (PBI) para el presente año pasa de 3.1% a 3.2%", añadió.


FOTO: OJO

Dina pide a encuestadoras que le pongan cero

"De una vez pónganme cero, así estamos empatados y nos vamos a penales", cuestionó ayer desde Carabayllo la presidenta Dina Boluarte a las empresas encuestadoras que le dan 3% de aprobación. Afirmó que alguien le pidió "alguito" para subirle 2 puntos cuando tenía 9. "Yo les he dicho: 'nada'", remarcó.

• Reveló que no ha sido buena en matemáticas y por eso no le preocupan las encuestas.

OJOS&OÍDOS

YA. "El diario oficial El Peruano subsana los errores en la publicación de la Ley del Desarrollo Agrícola del Cáñamo para su Uso Industrial, publicando la norma de acuerdo a la autógrafa enviada por el presidente del Congreso, Eduardo Salhuana", se informó en la red social X.

"LAGARTO". Una nueva derrota ha sufrido el vacado expresidente Martín Vizcarra, pues el Tribunal Constitucional (TC) rechazó ayer un recurso suyo para que se le permita asumir el cargo de congresista, para el que fue electo con la mayor votación nacional en 2021. Es que está inhabilitado para ejercer cargos públicos por 10 años.

ALCALDES. La congresista Lady Camones (APP) presentó un proyecto de ley que planea que los gobernadores regionales y los alcaldes puedan reelegirse por un periodo inmediato más. Se trata de una reforma constitucional y el tiempo apremia de cara a las próximas elecciones.

REZA. El jueves 26 de diciembre, el juez Juan Carlos Checkley evaluará el pedido de la Fiscalía para ampliar la prisión preventiva por 18 meses contra Betsy Chávez, expremier de Pedro Castillo y también procesada por el golpe de Estado del 7 de diciembre del 2022.



EL VERANO SE VIENE CON TODO Y RECOMIENDAN HIDRATARSE Y EVITAR EXPONERSE AL SOL

Lima será un horno con 31 grados



•Senamhi advierte la presencia de posibles olas de calor. Especialistas recomiendan mantenerse hidratados.

AURORA CARUAJULCA
aurora.caruajulca@prensmart.pe

Hoy se inicia el verano en el Perú, y el calor se hará sentir con fuerza. Según Gabriela Rosas, presidenta ejecutivo del Servicio Nacional de Meteorología e Hidrología (Senamhi), la temporada 2024-2025 presentará condiciones diferentes a las del verano pasado.

14 ES EL ÍNDICE de radiación ultravioleta que puede experimentar Lima, según el Senamhi.

La especialista explicó que las temperaturas a nivel nacional oscilarán entre índices "normales a cálidos", con una clara tendencia hacia valores por encima de lo habitual en algunas regiones del país, especialmente en la costa norte y central.

En Lima Metropolitana, el calor se manifestará de manera diversa según la ubicación. Los distritos más cercanos al litoral experimentarán máximas de hasta 28°C, mientras que en las zonas más alejadas del mar, las temperaturas podrían alcanzar los 30°C.

OLAS DE CALOR. No obstante, se prevé que en ciertos momentos del verano, especialmente hacia mediados de la estación, Lima registre olas de calor que podrían superar los 31°C, haciendo del verano uno de los más intensos de los últimos años.

"Las mínimas en la ciudad también variarán: en las zonas costeras rondarán los 21°C, mientras que en los distritos más alejados descenderán hasta 19°C", puntualizó Rosas.

En el resto del país, las condiciones también serán marcadas. Para la sierra central y sur, se espera un incremento en las precipitaciones, que estarán por encima de los valores normales, según el Senamhi.

Por otro lado, se descarta la presencia del Fenómeno La Niña Costera. Sin embargo, a nivel global, el fenómeno se mantiene en categoría débil, sin implicar grandes variaciones en el clima del territorio peruano.

El Senamhi recomienda mantenerse hidratado, evitar la exposición prolongada al sol, y utilizar ropa ligera, ya que el calor extremo será un protagonista este verano.



•El calor se hará sentir con fuerza en este verano, advierten especialistas.

Con el inicio de la estación, la capital se prepara para enfrentar temperaturas que prometen poner a prueba tanto a sus habitantes como a su infraestructura.

OJO AL DATO

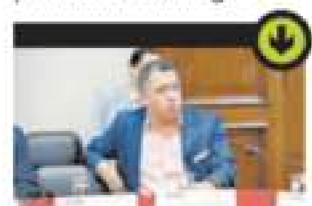
El Senamhi recomienda a los ciudadanos evitar exponerse al sol entre las 10 de la mañana y 4 de la tarde.

AL GRANO



PROBLEMAS PARA RESERVAR BOLETOS A MACHU PICCHU

Operadores de turismo y turistas denunciaron problemas en la plataforma virtual Tuboleto.cultura.pe para pagar y reservar boletos a Machu Picchu. El Ministerio de Cultura emitió un comunicado en el que informó ayer que viene trabajando para solucionar el problema tecnológico.



FISCALÍA DENUNCIA A CONGRESISTA DARWIN ESPINOZA

La Fiscalía presentó ayer una denuncia constitucional ante el Congreso contra el legislador "niño" Darwin Espinoza. Es investigado por haber incurrido en abuso de su cargo al obligar a trabajadores de su despacho a realizar aportes económicos para la compra de obsequios y recolección de firmas en Áncash.



LE DICTARON OTRA PRISIÓN PREVENTIVA

"CHIBOLÍN" PASARÁ NAVIDAD Y AÑO NUEVO EN PRISIÓN

Mientras el investigado Andrés Hurtado, "Chibolín", pedía ayer salir de la cárcel para poder atender a su hija de nueve años, el Poder Judicial dictó una segunda orden de prisión preventiva de nueve meses en su contra por el caso Migraciones, tras presuntamente haber participado en el trámite de renuncia a la nacionalidad peruana del futbolista Roberto Siucho en 2019. Al exconductor de televisión lo sindican de contactarse con Roxana del Águila, exjefa de Migraciones, para solicitarle facilidades en el trámite a favor de Siucho. Aunque el juez Juan Carlos Checkey aún evalúa dejarlo en libertad por el presunto delito de tráfico de influencias, en el caso que incluye a la exfiscal de lavado de activos, Elizabeth Peralta, todo indica que Hurtado pasará la Navidad y Año Nuevo en el penal de Lurigancho.





NORMA A FAVOR DE PACIENTES CON CÁNCER. El Ministerio de Salud aprobó una norma que busca mejorar el acceso de las personas a la cobertura oncológica en los hospitales del país, así como a una mejor orientación a los usuarios.



• En el mercado de Caquetá el ave tiene gran demanda.

"ES EL PLATO QUE UNE A LA FAMILIA", DESTACAN

El pavo es el preferido para la cena navideña

El pavo sigue siendo el protagonista indiscutible en las mesas peruanas durante la Navidad. A pesar de la variedad de opciones como el lechón, el pato, el cuy y el pollo, los compradores del Mercado de Caquetá, en el límite del Rímac e Independencia, prefieren esta ave para el plato principal de la celebración. Los comerciantes destacan que la demanda del pavo aumenta significativamente en diciembre, con familias buscando opciones que se ajusten a su presupuesto. "Es el plato que une a la familia", señaló uno de los vendedores.

Reabren tránsito en avenida Colonial

• Vía estuvo cerrada por más de 5 años por obras del Metro de Lima

El tránsito vehicular en la avenida Óscar R. Benavides (Colonial) fue reabierto, a la altura del cruce con la avenida Santa Rosa, en el Callao. Este tramo se despeja luego de cinco años de estar cerrado por obras de la Línea 2 del Metro de Lima.

LUEGO DE 14 AÑOS DE ESPERA

Metropolitano hasta Carabayllo

↗ REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

Luego de 14 años de espera, el Metropolitano ampliará su recorrido con la puesta en marcha del terminal Chimpu Ocllo, situado en el distrito de Carabayllo, al norte de Lima.

La Autoridad de Transporte Urbano para Lima y Callao (ATU) anunció que la fase de prueba comenzará hoy y se extenderá hasta el viernes 27 de este mes. Esto con la finalidad de evaluar el funcionamiento de la infraestructura y la eficiencia del servicio.

Durante esta etapa inicial, los autobuses conectarán el nuevo terminal con la estación Naranjal, de 9 de la mañana a 5 de la tarde.

Posteriormente, a partir del 28 de diciembre, los buses realizarán su recorrido habitual hasta la estación Central.

AMPLIACIÓN. La puesta en funcionamiento del terminal Chimpu Ocllo forma parte de la expansión del tramo norte del Metropolitano, que comprende 10,2 kilómetros de vía exclusiva. Esta extensión permitirá conectar a más de un millón de ciudadanos que residen en los distritos de Comas y Carabayllo, con un sistema de transporte más rápido y eficiente, según la ATU. La estación, situada en la intersección de las avenidas Isabel Chimpu Ocllo y Universitaria, está diseñado para ser un centro neurálgico del transporte público en la zona norte.

La infraestructura cuenta con dos niveles que facilitarán el embarque y desembarque de pasajeros para optimizar así los tiempos de traslado y mejorando la experiencia de los usuarios. Además, incluye taquillas para la venta de boletos, un cuarto de monitoreo y un puente peatonal.



• Pasajeros irán hacia el sur de la ciudad en menos tiempo.

ojo al dato

La ATU precisó que se está instalando infraestructura adicional como máquinas de recarga de tarjetas y torniquetes modernos.

AL GRANO



MTC ADQUIRIRÁ 150 BUSES ELÉCTRICOS

El ministro de Transportes y Comunicaciones, Raúl Pérez Reyes, informó que representantes de su portafolio gestionan apoyo del Banco Mundial con miras a la adquisición de 150 vehículos eléctricos destinados al Metropolitano.



CUIDADO CON LA COMIDA RECALENTADA

El comer pavo, cerdo o lechón recalentados puede causar problemas gastrointestinales, advierten especialistas. Siempre existe un grado de descomposición en estos alimentos, sobre todo si son muy grasosos o condimentados.



EL 23 Y EL 24 SERÁN DÍAS NO LABORABLES

El lunes 23 y martes 24 de diciembre serán días no laborables para los empleados del sector público, lo que, sumado al feriado 25 por Navidad, permitirá a los trabajadores disfrutar de un largo descanso.



OFRECEN VIAJES SIN LAS MEDIDAS DE SEGURIDAD

COLECTIVEROS INFORMALES HACEN DE LAS SUYAS

En la entrada del terminal de Yerbateros, en San Luis, colectiveros informales aprovechan la ausencia de autoridades para ofrecer viajes que incluyen maniobras para evadir los controles policiales en las carreteras.
Esta práctica pone en riesgo la seguridad de los pasajeros, quienes acceden al servicio por falta de alternativas supervisadas.
Al menos diez hombres actúan como jaladores para captar viajeros en este punto, donde la demanda de transporte interprovincial aumenta por la cercanía de las celebraciones de Navidad y Año Nuevo.



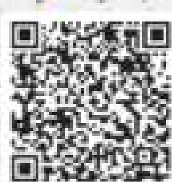


ALEGRÍA COMPLETA CON

EL REGALO REDONDO

DESCARGA LA APP Y ENCUENTRA MÁS OFERTAS.







CONECTA RETAIL S.A. - RUC 20141159853

¡APROVECHA ESTAS INCREÍBLES OFERTAS!

LLÉVATE TUS ELECTROS Y PRODUCTOS PARA EL HOGAR EN

12 MESES SIN INTERESES

única · BBVA · BCP · Interbank · Diners Club · Falabella

POR COMPRAS A PARTIR DE S/ 1,299

LLÉVATE AMAZON ECHO DOT 5TA GENERACIÓN

A SOLO S/169

POR COMPRAS EN TODA LA TIENDA







TELEVISOR

65UT7300PSA

- UHD 4K
- ThinQ AI WebOS
- HDMIx3 / USBx2 / Bluetooth
- Sintonizador Digital ISDB-T





Lenovo

LAPTOP IDEAPAD SLIM 5I

82XF007TLM

- Procesador: Intel Core i7 13a Gen
- Almacenamiento 512GB
- 16GB RAM
- 10 Núcleos

S/2,399



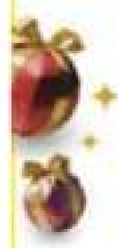
SAMSUNG

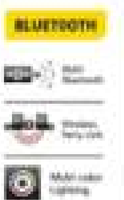
GALAXY A15 BLACK + CARGADOR 15W

F-SMA155MZK-03

- Almacenamiento 256GB
- 8GB RAM
- Cámara principal 50+5+2MP
- Cámara frontal 13MP

S/569







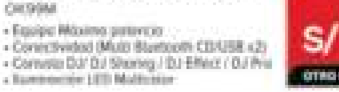




TORRE DE SONIDO XBOOM

OK99M

- Equipo Máxima potencia
- Conectividad (Multi Bluetooth CD/USB x2)
- Consola DJ/ DJ Sharing / DJ Effect / DJ Pro
- Iluminación LED Multicolor



EL QUE TÚ ELIJAS

A SOLO S/699













TCEA Máxima: 172.32%



VOLQUETE CAE SOBRE CASA. El susto de sus vidas se llevaron los miembros de una familia, en Quiruvilca, sierra de La Libertad, cuando un volquete cargado de mineral se despistó y cayó sobre su vivienda, en el barrio 13 de julio del mencionado distrito. El vehículo pesado quedó de costado y derribó parte de la pared del inmueble. Agentes policiales investigan las causas del incidente que pudo causar una tragedia.



• Pruebas sindican a "Mexicano" en cobro de cupos.

TENÍA PISTOLAS, GRANADA Y DROGA

Policía captura en su búnker a extorsionador

Un sujeto que dos veces estuvo preso y extorsionaba a empresas de transporte público, negocios y empresarios, fue arrestado en su búnker, en Chorrillos, donde se halló armas de fuego y explosivos. Bryan Erick Llufire Oré (28) "Mexicano", de "Los malditos de la extorsión", cayó en el asentamiento humano San Genaro de Villa, segunda etapa. Poseía dos pistolas, una granada, municiones, un chaleco antibalas y ketes de droga. Los investigadores también encontraron un cuaderno con anotaciones de los nombres de los choferes de la empresa Etusa a los que cobraba cupos, sus números de celular y placas de los vehículos que conducen.



• También se halló un papel con un mensaje donde amenaza a una víctima.

AL GRANO



FALSOS POLICÍAS MATAN A MAESTRO DE CONSTRUCCIÓN

Sicarios disfrazados de policías mataron a tiros a un maestro de construcción delante de una mujer a la que había ido a recoger en su carro, en Villa María del Triunfo. Celso Rodrigo Anchayhua Sulca (37) fue ultimado en la avenida Tingo María por cuatro sujetos con chalecos que bajaron de un auto.



CHOFER Y COBRADOR SE SALVAN DE MORIR A BALAZOS

De una muerte segura se salvaron el chofer y cobrador de un bus de la empresa Nueva Alternativa, cuando dos delincuentes les dispararon siete veces cuando llegaban a su último paradero, en el distrito 26 de Octubre, en Piura. El ataque de los extorsionadores ocurrió a las 11 de la mañana de ayer.

CAYÓ CABECILLA DE BANDA "LOS QR DEL PUERTO"

Rabaron contenedor con mercadería

REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

Cuando dormía, un agente de aduanas fue arrestado en San Martín de Porres. Según la Fiscalía, sería el cabecilla de una banda que robó un contenedor con mercadería importada de China, valorizada en 60 mil dólares.

Efectivos de la SUAT, con fusiles en mano, ingresaron a una vivienda en la urbanización Ampliación Santa Patricia y detuvieron a Steven Bryan Marcos Ramírez (33) "Bryan", líder de "Los QR del Puerto". En la casa se halló una pistola que -según dijo- la tenía para defenderse porque era extorsionado.



• Sistema informático de agencia aduanera fue vulnerado.

MAFIA. De acuerdo a la investigación policial, "Bryan", cuando trabajó en la agencia de aduanas Group Titans Sac hizo amistad con las empleadas Ingrid Lizbeth Loarte Naval (25) y Verónica Mishel Lobato Cachique (26), y las captó para sus fechorías. Una sectorista y la otra coordinadora de transporte le proporcionaban información privilegiada sobre el desaduanaje y entrega de la mercadería importada, como códigos QR y claves.

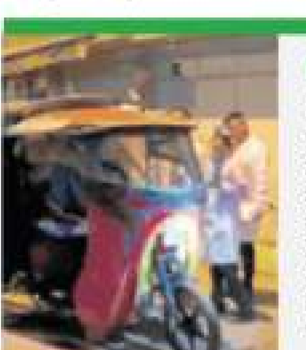
ojo al dato

El 17 de septiembre se llevaron un lote de pantuflas importadas de China del almacén Villas Oquendo. El camión fue manejado por Juan Carlos Rivera Vásquez (34), también investigado.



• STEVEN MARCOS RAMÍREZ DETENIDO

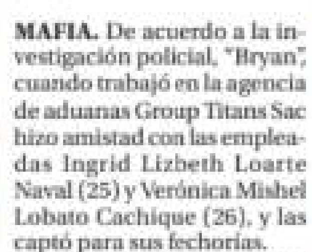
Con esta información, "Bryan", desde su casa y computadora, manipulaba las computadoras de la agencia aduanera y cambiaba el nombre del chofer que retiraba el contenedor y la placa de rodaje del camión. Un trabajador se percató que el cursor de su computadora se desplazaba por sí solo e hizo la denuncia. Se iniciaron las investigaciones y se capturó a "Bryan".



MOTOTAXISTA

CARGABA A SU HIJITA Y LO ASESINAN

Sin importarle que llevaba a un hijo de tres años en brazos, un sicario mató a balazos a un mototaxista dentro de su vehículo, en Los Olivos. A las diez de la noche del jueves, el pistolero atacó a Eduar Arrascue Solís (37) cuando estaba estacionado cerca del parque Santa Rosa. La Policía sospecha de un ajuste de cuentas porque la víctima en agosto último fue detenido por dedicarse a la venta de drogas por delivery. Además trabajaba como mototaxista "pirata".









SACOS
Desde
S/ 99.90

POLOS
5x S/ 99.90



CAMISAS Y PANTALONES
3x S/ 99.90



JEANS
Desde
S/ 39.90



RELOJES, CORREAS Y BILLETERAS
2x S/ 99.90



Encuéntranos en nuestras tiendas a nivel nacional. Contamos con tallas grandes.

JOHN HOLDEN



DONATELLI VAN HEUSEN



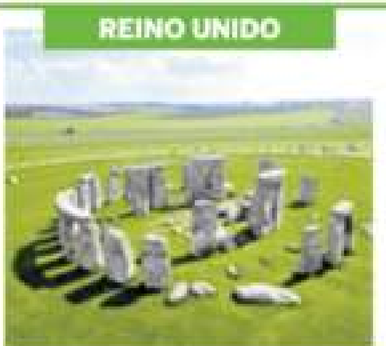
Vigencia del 01/12 al 31/12 de 2024 o hasta agotar stock de 50 unidades. No acumulables con otras promociones. Códigos seleccionados.





REY SIGUE BATALLANDO CONTRA EL CÁNCER. El rey Carlos III continuará en 2025 su tratamiento contra el cáncer que padece, del que no se ha facilitado información. Según una fuente del Palacio de Buckingham, "su tratamiento ha avanzado en una dirección positiva y, como enfermedad controlada, el ciclo de tratamiento continuará el próximo año".

REINO UNIDO



STONEHENGE ES SÍMBOLO DE UNIDAD ETERNA

➡Stonehenge no fue un observatorio astronómico ni un templo religioso. Un nuevo estudio realizado por científicos de la University College London y la Universidad de Aberystwyth señala que fue un símbolo de unidad nacional entre las comunidades de la antigua Gran Bretaña. "Celebra sus vínculos eternos con los ancestros y el cosmos", se precisa.



EN LA ANTIGUA ROMA, UN DÍA COMO HOY EN EL AÑO 69, EL SENADO NOMBRA EMPERADOR A VESPASIANO, TRAS LA DERROTA DE VITELIO EL DÍA ANTERIOR.





ESTADOS UNIDOS

VARADOS EN EL ESPACIO

➡Los astronautas Butch Wilmore y Suni Williams permanecerán en la Estación Espacial Internacional (ISS) hasta finales de marzo o abril de 2025, pues el plan para traerlos a la Tierra sufrió un nuevo retraso. Ellos fueron enviados en junio del presente año y se tenía previsto el retorno para febrero. La misión Crew-10 de SpaceX, del multimillonario Elon Musk, necesita más tiempo para acoplar su cápsula Dragón y se debe esperar ello.

INDIA

11 MUERTOS EN CHOQUE BRUTAL

➡Al menos 11 personas han muerto y más de 40 han resultado heridas tras la colisión entre un camión y varios vehículos en la ciudad india de Jaipur.

ESTADOS UNIDOS

35 AÑOS DE CÁRCEL POR ESCUPIRLE A UN POLICÍA



➡Jimmie Lee Peavy, de 51 años, fue sentenciado a 35 años de prisión por escupirle a un policía, en Texas. El incidente en noviembre de 2023 durante una intervención. Jimmie se mostró agresivo, amenazó a uno de los agentes y lo escupió.

EN MODO VACILÓN

Diversión para toda la familia

Nro. 302

"La Sagrada Familia"

Sopa de letras

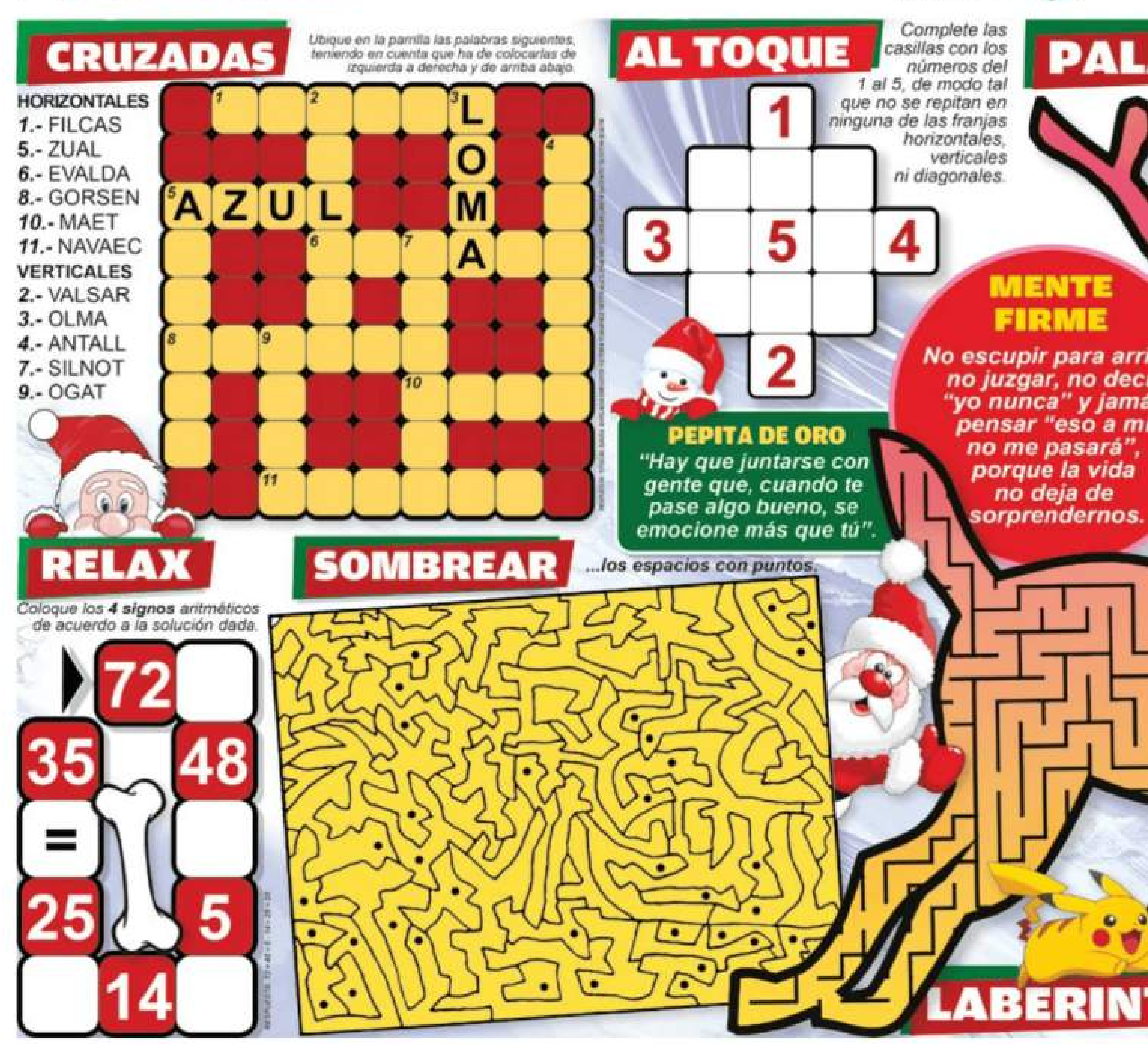
C I E F E D N O I C I D A R T R O Y A M A L T N I E V L
O T R A S S O N M A S R E C I E N T E S M A F E R T N A
I N T E R C A M B I A R R E G A L O S
R A L I P O M S I M L E N E N E I T A
I O D A Z I N R E D O M N A H E S C G
T P S A I C N E E R C S A N U G L A R
R E S P I R I T U N A V I D E Ñ O C A
A R S O N A I T S I R C S O L A E O D
P O L A T R M D I D I O N Y T S G L A
M T L A M I S M A E S E N C I A A Y F
O O K L G D M D E T L A A S L O L A A
C D I I N O I C U C O L Y A C I S U M
I A C V R V E O Ñ E D I V A N D S I I
P S A R A I L I M A F A N E C A L S L
O N E N E I T N A M S A R T O A L U I
A N N O I C A E R C U S E D S E D M A
N E S P E C T A C U L O D E L U C E S
E S U S E J E D O T N E I M I C A N A



Mente Ágil por Mario Arrasco Lazo

- LA SAGRADA FAMILIA
- LA MAYOR TRADICIÓN DE FE
- EN NAVIDAD
- ALGUNAS CREENCIAS
- SE HAN MODERNIZADO
- OTRAS MANTIENEN
- LA MISMA ESENCIA
- DESDE SU CREACIÓN
- OTRAS SON MÁS RECIENTES
- PERO TODAS
- TIENEN EL MISMO PILAR
- COMPARTIR
- ESPECTÁCULO DE LUCES
- MÚSICA
- ESPÍRITU NAVIDEÑO
- INTERCAMBIAR REGALOS
- LA CENA FAMILIAR
- NACIMIENTO DE JESÚS

"La Navidad agita una varita mágica sobre el mundo, y por eso, todo es más suave y más hermoso".


CRUZADAS
Ubique en la parrilla las palabras siguientes, teniendo en cuenta que ha de colocarlas de izquierda a derecha y de arriba abajo.
HORIZONTALES
1.- FILCAS
5.- ZUAL
6.- EVALDA
8.- GORSEN
10.- MAET
11.- NAVAEC
VERTICALES
2.- VALSAR
3.- OLMA
4.- ANTALL
7.- SILNOT
9.- OGAT
AZUL
LOMA
AL TOQUE
Complete las casillas con los números del 1 al 5, de modo tal que no se repitan en ninguna de las franjas horizontales, verticales ni diagonales.
1
3
5
4
2
PEPITA DE ORO
"Hay que juntarse con gente que, cuando te pase algo bueno, se emocione más que tú".
MENTE FIRME
No escupir para arri
no juzgar, no dec
"yo nunca" y jamá
pensar "eso a m
no me pasará",
porque la vida
no deja de
sorprendernos.
PAL
RELAX
Coloque los 4 signos aritméticos de acuerdo a la solución dada.
72
35
48
=
25
5
14
SOMBREAR
...los espacios con puntos.
LABERINT

...ABRAS

Ubique aquí, donde corresponda, todas las palabras rojas, y aparecerá en la columna amarilla un personaje de Disney.

- TRINEO
- JUGUETES
- PRECISAS
- PALA
- VINO
- CENTRAL
- PARTIDO
- DESCUBRIR

PIRÁMIDE

Bajo cada resultado, hay dos casillas cuyos números suman la cantidad indicada.

208

77 35

36 23

12 7 18

RECORRIDO

Complete con números un recorrido continuo que abarque todas las casillas, iniciando en el 1 y finalizando en el 40, de forma consecutiva. Siga las pistas para lograrlo.

			34		1	
	30				3	
						38
24					5	
		22				40
	16		13			
		17			11	

OJO DE LINCE

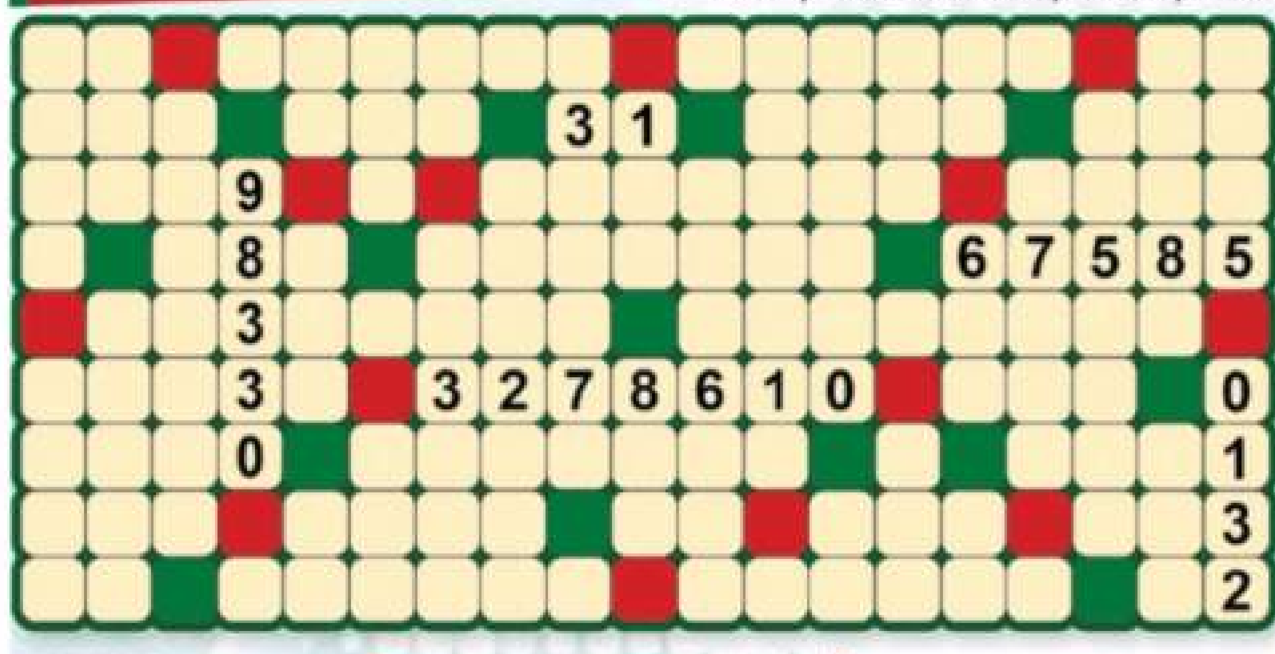
Sopita de números. ¡Encuéntrelos!

2	3	8	8	6	6	7	7	0	5
1	2	6	3	8	5	7	9	0	7
8	6	3	8	4	5	9	7	8	6
7	4	8	4	9	6	5	9	9	8
6	6	8	9	6	9	0	8	9	4
5	2	1	3	3	2	7	7	5	5
4	6	3	8	3	6	7	6	8	8
3	0	5	4	5	9	8	3	9	8
2	6	8	4	1	5	6	0	2	5
3	9	6	6	4	4	5	5	9	4

2345678 | 5544669 | 7890234
3366990 | 6062646 | 8585588
4588548 | 6987654 | 9086398

CRUCINÚMEROS

Ubique en la cuadrícula los números que se dan agrupados por la cantidad de cifras. Los impresos servirán de punto de partida.



2 CIFRAS
02 - 12 - 18 - 20
21 - 30 - 31 - 34
59 - 75 - 85 - 91

3 CIFRAS
051 - 092 - 109 - 145
190 - 245 - 456 - 487
503 - 573 - 615 - 640
653 - 766 - 789 - 837
845 - 941

4 CIFRAS
0132 - 0635 - 0753 - 2153
2420 - 2569 - 2863 - 5239
7820 - 9801

5 CIFRAS
09539 - 27309 - 35689
67585 - 79874 - 98330

6 CIFRAS
019754 - 061589 - 615320
906879 - 923523 - 951450

7 CIFRAS
0349523 - 1297814
1579324 - 3278610
4850386 - 5342702
5408916 - 8016250
9347579 - 9379074

8 CIFRAS
18521309 - 79381245

RELÁJATE

*¿Cuántos **triángulos** puede identificar en la figura? ¡Fácil!*



TRABALENGUA

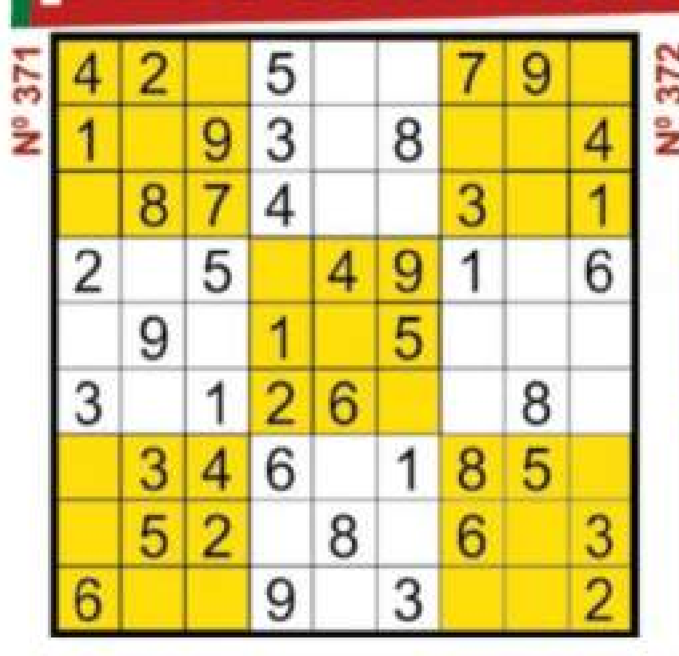


El reno regalón regaló regalos rojos, pero rompió los rojos y repartió rosados. ¿Qué regalos regaló el reno regalón?

¡PILAS CON EL SUDOKU!

Nº 371

Nº 372



OJOGRAMA ANTERIOR





CRACK ojo

VOLANTE RECIBIÓ ADVERTENCIA DE ADMINISTRACIÓN CREMA POR EXPONERSE A UN PARTIDO DONDE PUDO TERMINAR LESIONADO

CONCHA JUGÓ "PICHANGA" QUE TERMINÓ EN BRONCA

LLAMADO DE ATENCIÓN

Cruzó la raya. En los futbolistas, las vacaciones son para olvidarse del balón y aprovechar el tiempo relajándose. La gran mayoría desconecta y viaja con la familia o solo recarga energías de cara a la próxima temporada. Sin embargo, hay un grupo, cada vez más reducido, que no puede vivir si la pelotita y en ese segmento habría que incluir a Jairo Concha.

El volante de Universitario fue visto jugando una "pichanga" con un grupo de amigos, entre los que se encontraban otros profesionales como Jean Deza, y el encuentro terminó con una pelea que fue publicada en las redes sociales. Si bien en las imágenes no se ve al "merengue" en la gresca, el hecho de participar en una actividad que puede lesionarlo no gustó nada en Ate.

Apenas las imágenes empezaron a circular, allegados a la gerencia deportiva del club llamaron al mediocampista y le recomendaron no volver a jugar fulbito y menos verse involucrado en actos violentos. Concha habría reconocido su error y todo quedó en una advertencia para el futuro. El mismo mensaje también fue trasladado al resto del plantel que también participó en encuentros amistosos.

FERRARI Y EL "NONO". Por otro lado, Jean Ferrari se refirió a la salida de Jorge Fossati de la selección peruana. El administrador crema habló en el programa ""No seas Fulero" y recordó que aconsejó al charrúa no dejar la "U" por la Blanquirroja. "A mí me da pena, porque lo conozco a Jorge (Fossati), yo lo traigo. Sé la clase de persona y profesional que es, impecable. Yo se lo dije antes de que se vaya a la Federación, te estás equivocando, pero tampoco podía entrar a discutir con él. Se lo dije a título de sugerencia, creo que no es momento, pero tenía su decisión tomada", precisó el administrador de la "U".

FIRMADOS

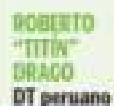
"Si yo tuviera una varita mágica, diría no. No agarro (buzo de la selección), ahora porque lo espero agarrar aquí a 5 años"

NOLBERTO SOLANO
Entrenador peruano

"(Guillermo) Viscarra nos va a dar una mano, si está en la selección es por algo. Tener jugadores así nos va a ayudar mucho"

CARLOS ZAMBRANO
Central de Alianza Lima

"Estamos bastante consternados y preocupados por la salud del 'Cholo' Sotil, gran amigo y compañero de mil batallas"



ROBERTO "TITIN" DRAGO
DT peruano

"Galatasaray es un club acabado, me importa un bledo. Lamento haber venido aquí"



HAKYM ZIYECH
Futbolista de Galatasaray

SUB 20 DE PERÚ Y ECUADOR ACABARON 2-2 EN LA VIDENA

Empate con bronca y expulsiones



• Amistoso fue de cara al Sudamericano Sub-20 que se jugará en enero en Venezuela.

REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

Las selecciones sub-20 de Perú y Ecuador se reivindicaron del pobre 0-0 que ofrecieron el pasado martes y brindaron un choque picante que terminó 2-2. En los 90' hubo golazos, actuaciones individuales para destacar y una bronca que provocó varios expulsiones.

El cuadro de José "Chemo" del Solar salió a proponer desde el primer minuto en la Videna. Cuando se jugaban 36', el celeste Alejandro Pósito, de penal, puso el 1-0 para la Blanquirroja. Sobre los 41', el ecuatoriano Justin Lerma derribó a un defensa nacional y lo pateó en el suelo. Eso encendió la chispa y empezaron los manotazos.

Jordi Espinoza, juez del encuentro, resolvió todo mandando a las duchas al que inicio la gresca y a su compatriota Jeremy Arévalo y por Perú expulsó a Anderson Villacorta y Homali Ruiz.

En el segundo tiempo llegaron más goles. Jesús García (60') puso el1-1 para la visita. A los 83' el portero peruano Pablo Doneda, que milita en el AC Milan, detuvo un tiro desde los doce pasos a Allen Obando. Bassco Soyer (86') desde fuera del área volvió a adelantar al cuadro de "Chemo". Cuando parecía que la selección incaica se quedaba con la victoria, Jair Callahuazo (90') puso el 2-2 definitivo.

ojo al dato

Un cuadro de la MLS habría mostrado interés por Jhilmar Lora de Sporting Cristal.

CON ALIANZA
CARDONA LA HACE LARGA

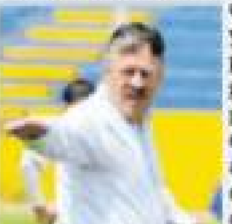
Alianza Lima hará un último esfuerzo para convencer a Edwin Cardona y pueda vestir la blanquiazul en el 2025. El volante colombiano está concentrado en la final del torneo de su país que disputará mañana con Atlético Nacional ante Tolima. En las últimas horas, ante la exigencia del técnico Néstor Gorosito, los victorianos mejoraron la propuesta y ahora la pelota está en la cancha del mediocampista que contestará a más tardar el lunes.



LA COLUMNA DE EL OJÓN
por: el calidoso

EL "PEINADITO" Y SU "MANCHA" VUELVEN CON TODO A AYACUCHO...

Hola, holaaa, holaaaa, holaaaaaa mi gentita, vengo más embalado que "Ñol" Solano pidiendo a los clubes del interior que trabajen más con las divisiones menores para que en sus equipos no tengan solo jugadores limeños. El "Maestrito" descartó reemplazar al "Ciego". Ahhh, pero no rechazó el buzo que deja el "Nono", aunque sabe que en este momento sería quemarse. El hombre puede ser candidato ideal en algún momento, pero la firme es que aún le falta harto kilometraje. **¡CHEEEEESSSSSS!**



El fútbol peruano es el más generoso de todo el continente, de lejos. Le damos oportunidad a jugadores de tercer nivel, veteranos y también a técnicos que en su país ni los conocen y, salvo algunas excepciones, nunca dirigieron. El que regresa con todo es Édgar Ospina, quien dirigirá a Ayacucho y es un viejo conocido por su paso por diferentes clubes. El "Peinadito" no llega solo, porque traerá al "Chepe" Torres y al profesor Quintero, que ya trabajó con él. **¡OJITO, OJITO!**

Hoy son las elecciones en la "Academia" y algo pinta mal. Hay rumores de que la actual dirigencia no entregó el padrón de socios y esto se presta para malas interpretaciones. "Titin"' Drago, que postula por la lista 2 y tiene el apoyo de hinchas y socios, puso el grito en el cielo porque cree que los que mandaron a los ediles a Liga 3 quieren quedarse en el cargo y están armando todo. **¡ASUUUUUUUO!**



Dicen que en San Luis pensaron en Marco Valencia para darle el puesto de Fossati, pero el entrenador de Melgar se desmarcó, porque se siente mejor trabajando con los juveniles y menores del Misti. El camanejo es de los que más sabe en el medio y seguramente más pronto que tarde volverá a dirigir en Primera o incluso llegará a una selección. Bueno mi gente, es todo por hoy y mañana volvemos con más y mejor información. **¡CHAAAUUUUU!**

BUSCA HOY SU PRIMER TRIUNFO SOBRE BARCELONA

“Cholo” Simeone se pone “culé”

REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

El “Cholo” va por su primera vez. En trece años como técnico rojiblanco, Diego Simeone ganó muchas cosas, pero nunca pudo con los azulgranas. Hoy (3:00 p.m./ESPN), cuando Atlético de Madrid (2° con 38) visite al Barcelona (1° con 38) por la jornada 18 de la liga española, el argentino buscará su primer triunfo ante los “culés”.

El balance del DT de los madrileños con los catalanes es malo. De 17 encuentros, perdió 10 y empató 7, aunque a su favor habría que destacar que uno de esos empates sirvió para que el “Atleti” gane la liga del 2013-14. Esta vez parece ser la mejor ocasión para que el “Cholo” rompa con el “maleficio”. Mientras su equipo lleva once victorias en todas las competiciones, los barcelonistas vienen de perder sus últimos dos choques de local y no contarán con su estrella, el juvenil Lamine Yamal.

“En Barcelona no he ganado un partido, pero sí una Liga. Los números hablan por sí solos, evidentemente no he dado con la clave. Vamos a enfrentar a un equipo que juega muy bien, me gusta su juventud en la mitad de la cancha”, señaló Simeone.

Hansi Flick, técnico del “Barca”, elogió al cuadro rojiblanco. “Llevar esta racha de victorias es increíble. Están haciendo un gran trabajo y los respeto mucho. Me encanta la personalidad y la emotividad de Simeone”, precisó el alemán.



• El argentino nunca pudo vencer al “Barza” con buzo del Atlético

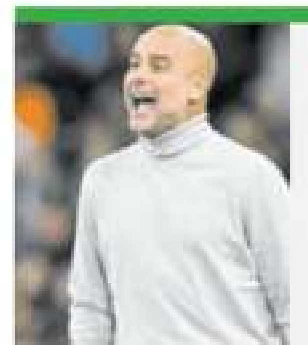
ojo al dato

Antoine Griezmann, delantero del Atlético Madrid, jugó anteriormente en Barcelona y lleva cuatro goles consecutivos.

5-1

GOLEÓ BAYERN

Al sorprendente RB Leipzig y es único líder de la Bundesliga.



HOY ANTE ASTON VILLA

“PEP” BUSCA LEVANTAR CABEZA

El mal momento del Manchester City (5°con 27), que hoy visita al Aston Villa (7:30 a.m./ESPN) por la jornada 17 de la Premier League, no le quita el sueño a “Pep” Guardiola. A pesar de haber ganado un solo partido de los últimos once que disputó, confía en remontar. “Estoy aprendiendo de esto. Han sido ocho años de éxitos y ahora tenemos 40 días malos”, señaló el técnico de los “Ciudadanos”.



LAMBAYEQUE

DETENIDOS CON 73 PARES DE ZAPATILLAS DE CONTRABANDO

CHICLAYO. La Policía desarticuló la banda "Los repliqueros de Pedro Ruiz", al capturar a dos de sus miembros por el presunto delito contra la propiedad industrial. Carlos Cherres Zurita (61) y Danffer Sidni Castillo Mulatillo (26) cayeron con 73 pares de zapatillas de contrabando, por un valor superior a 40 mil soles.



LA LIBERTAD

REDACCIÓN OJO
redaccion@prensmart.pe

EXPLOTARON BALÓN DE GAS EN AGENCIA BANCARIA

Vuelan cajero y se llevan el dinero

Como si se tratara de un episodio de la serie "La casa de papel", cuatro delincuentes llegaron en un auto, tres de ellos con mamelucos blancos, y detonaron un balón de gas en la agencia Scotiabank, en pleno Centro Histórico de Trujillo, para destruir el cajero automático y llevarse el dinero: unos tres mil soles y también dólares.

A las 4:02 de la mañana llegaron los delincuentes, según las imágenes de la cámara de seguridad. Luego, a las 4:05 se escucha la fuerte explosión y dos minutos después, los malhechores huyeron con el botín.

TERROR. Las ondas expansivas destruyeron por completo el cajero y afectó las oficinas del banco. Los vidrios de la ventana que colindan con el jirón Junín quedaron destrozados y volaron hasta la puerta de un centro comercial.

ojo al dato

El general Víctor Revoredo adjudicó el atentado a la banda "Los Pulpos", que dirige desde Chile, Jhonson Cruz Torres.



• Fuerte explosión también afectó a las viviendas cercanas.

SOLTERA, CASADA, VIUDA Y DIVORCIADA 2. Se lanzó el teaser oficial del film "Soltera, casada, viuda y divorciada 2", y se anunció su estreno para el próximo 17 de abril. En la película actúan Gianella Neyra, Katia Condos, Patricia Portocarrero y Milene Vásquez.



MALAS LENGUAS

Estas malas lenguas llegan cargadas de harto chimi, chimi... **CLAUDIA SERPA** publicó un post 'chancando' a los conductores del podcast "Puro floro" que hicieron llorar a su hermana Gabriela al decir que habían visto sus videos íntimos en redes sociales. La rubia los llamó "mentirosos". Ups... **IGNACIO BALADÁN** y su novia **NATALIA SEGURA** estuvieron en la boda del cantante **"NACHO"**, pues son amigos de hace años. Bien ahí... **HUGO GARCÍA** publicó sus fotos y videos en Cartagena, disfrutando 'su soltería' y **ALESSIA ROVENGNO** les dio 'like'. ¿Habrá reconciliación?... **GLORIA TREVI** confirmó que cantará en Arequipa el próximo 23 de mayo... **LUCY BACIGALUPO** se recupera de una nueva operación y espera pasar Navidad en casa, con su familia... Nos vamos, volvemos mañana.



Explotan granada en casa de Toño Centella

CANTANTE ESTABA SOLO EN SU DOMICILIO Y SALIÓ ILESO

REDACCIÓN

El cantante Toño Centella, al cierre de la presente edición, salvó de morir luego que delincuentes hicieron explotar una granada tipo piña en la puerta de su domicilio creando zozobra, felizmente salió ileso y solo estaba él en su casa ubicado en la Pascana, Comas.

"Ahorita ha sido el atentado, al promediar las 8 de la noche. Han estallado una granada en la puerta de mi casa, felizmente estaba solo, había regresado a mi domicilio a cambiarme porque tenía otro evento, la verdad ya me dio miedo esta situación", dijo Toño visiblemente nervioso.

El cantante, también señaló que antes no había sido víctima de extorsión o recibido amenazas como viene sucediéndole a diversas figuras del mundo de la cumbia.

"Yo siempre he trabajado tranquilo, siempre perfil bajo, nadie me había molestado ni extorsionado, pero esto ya me ha puesto en alerta, estoy muy asustado", confesó.

Por otro lado, también dijo que su bus, que recibió cuatro impactos de bala, al estar estacionado en un local de Comas, no estaba dirigido a él.

"No soy dueño de ese local, solo guardo mi carro. En el local se iba a presentar "Chacalón" hoy (ayer). La carta (que dejaron los extorsionadores en el local) dice: "Chacalón y el mostro". En ningún momento me mencionan. No tengo nada que ver ahí", contó.

• UN DÍA ANTES BALEARON A SU BUS

ojo al dato

Toño Centella vivió momentos de terror cuando estalló una granada en la puerta de su casa a la que llegó para cambiarse para un evento.

• Asegura que no había recibido amenazas



• Cantante sale en defensa de luciana Fuster.

ASEGURA QUE LOS DISEÑOS SON PROPIOS

Yolanda lanza línea de ropa deportiva

Yolanda Medina acaba de lanzar su línea de ropa deportiva "Aplem" y recalca que sus diseños son propios.

"Hace un mes estoy trabajando en este nuevo emprendimiento y en breve haré el lanzamiento oficial de mi línea deportiva con el nombre de 'Aplem'. Le puse así por el nombre y apellidos de mi hija. Los diseños son míos, tengo equipo peruano que trabaja las prendas con lycra brasilera, suplex y los precios son accesibles", dijo.

Por otro lado, Yolanda se refirió a lo sucedido con Luciana Fuster y su marca de ropa, y dijo que no deben "hacer leña del árbol caído" y que ella "debe aclarar lo que pasó con una cliente".



• Sobre caso de Luciana Fuster pide que "no hagan leña del árbol caído".

EN ESTA NAVIDAD

Kike sueña con abrazar a sus hijitas

El cómico Kike Suero espera un milagro de Navidad para reencontrarse con sus tres hijas menores, pues le estarían poniendo trabas para verlas.

"Deseo, con todo mi corazón, abrazar a mis hijas en esta Navidad, pero están surgiendo problemas con su madre. Estoy solucionando esos problemas legales y espero un milagro", dijo.



"Christian pedirá matrimonio a Karla"

AGHATA LYS DICE QUE SU RELACIÓN SE CONSOLIDARÁ Y QUE CUEVA Y PAMELA FRANCO NO DURARÁN

TARAZONA Y DOMÍNGUEZ EN AMORES

ERIC CASTILLO

Como todos los años, la tarotista y astróloga Agatha Lys leyó las cartas a las figuras de la farándula local y señaló que Christian Domínguez propondrá matrimonio a Karla Tarazona. Además, afirmó que la cantante Pamela Franco y el futbolista Cueva solo están unidos por un gran deseo, pero se separarán antes de acabar el año. "Desde hace 28 años contamos con el cariño y preferencia del público con mi revista "Agatha Lys, predicciones 2025" ofreciendo pronósticos a nivel de astrología y consejos para que sirvan para la vida", señala Agatha.

-¿Qué dicen las cartas para Karla Tarazona y Christian Domínguez?
Ellos han decidido volver y ahora no hay mentiras, se han reencontrado, se consolidan, se han prometido amor. Sobre eso, las cartas señalan que Christian tiene la intención de proponerle matrimonio. ¿Y qué le depara a la relación de Pamela Franco con Christian Cueva? Según las cartas están unidos por la carta del amor y el deseo, pero el deseo puede más, están pegados y por eso ahora están aprovechando para facturar.

-¿Durará esa relación?
Muchas cosas van a pasar. En un momento, Pamela va a sentir que está embarazada, pero no va a prosperar. Van a estar cantando juntos varios meses; sin embargo, más allá del medio año ya no se ve que estén juntos.

-¿Y qué ves sobre Pamela López?
Su actual relación es mala, se va a decepcionar y tendrá una gran pelea legal con Cueva.



Según sus cartas, Pamela López sufrirá una grande decepción con su actual pareja y tendrá una gran pelea con "Aladino".



NO SE MUERE POR DAR ESE PASO

Ruby sin prisa por casarse

La cantante Ruby Palomino comentó que a sus 39 años está disfrutando plenamente el amor junto a su novio Guido Ramírez, y que no se muere por casarse. "No me muero por casarme, pero sí me gustaría vivir la experiencia. Le he dicho a mi novio que lo que tengamos que vivir, hay que hacerlo bien; pero siempre le he pedido que sea leal", señaló la cantante nacional.

CONVERSADOR ENCANTADOR
Caballero de buen temperamento, delgado y sin vicios, busca dama entre 30 y 45 años, sencilla, emprendedora y cariñosa.
924 349 140

MADURO SOLTERO
Soltero trabajador, 1.70 de altura y tez clara, desea entablar una linda amistad para una relación amorosa formal.
971 128 050

DELICADA Y ATRACTIVA
Busca caballero de 50 años, trabajador, tranquilo y sincero, que quiera una bonita amistad, con mucha comprensión.
924 636 773

CARIÑOSO Y RESPONSABLE
Quiere contactar con soltera o viuda de 40 a 45 años, sin importar hijos, que sea bajita, robusta y, sobre todo, honesta.
buenser24@gmail.com



Escribir a: buzondelamor@prensmart.pe

MAGALY MORO
magalymoro@prensmart.pe



Volvió conmigo por su regalo de Navidad

Germán (33, Rímac). Doctora Magaly, la Navidad debería ser un tiempo de paz y amor, pero para mí se ha convertido en una fecha de tristeza y decepción. La razón es mi conflictiva relación con Lorena. Llevamos medio año juntos, pero el último mes ha estado lleno de discusiones que dejábamos sin resolver. Sentí que empezó a perder interés y, aunque yo estoy profundamente enamorado de ella, decidí terminar nuestra relación hace un par de semanas.

Me sentí devastado porque su reacción fue bastante fría; sin embargo, después de unos días, comenzó a enviarme mensajes diciendo que me extrañaba mucho, que me quería y que habláramos porque deseaba volver conmigo. Por el amor que siento por ella, acepté reunirnos. Lorena parecía otra persona. Me trató con cariño, nos besamos y me pidió que nos diéramos otra oportunidad. Yo quedé encantado por su nueva actitud, pero, a través de una amiga que tenemos en común, me enteré de que su propósito era regresar conmigo justo antes de Navidad para recibir un regalo en esa fecha. No sabía qué haría después.

Doctora, me dolió mucho que Lorena actuara así, y ahora tengo tantos pensamientos en mi cabeza que no sé qué hacer. He considerado terminar nuestra relación horas antes de la Navidad como venganza, para que se quede con las ganas de recibir un regalo. Sin embargo, el amor que siento por ella me hace cuestionarme si es lo correcto. ¿Usted qué opina, doctora? ¿Sería inmaduro de mi parte hacerlo?



Estimado Germán, entiendo cómo te sientes ante la actitud de Lorena, especialmente en una fecha tan especial como la Navidad. Sin embargo, creo que deberías tomarte un tiempo para reflexionar sobre la mejor manera de expresar tu decepción y, si es necesario, dar fin a esa relación. Antes de considerar una venganza, prioriza tu tranquilidad. Suerte.

EL HORÓSCOPO

POR AMATISTA
996288415




ARIES 21 DE MARZO | 20 DE ABRIL
Trate de no forzar las cosas en su relación de pareja. Si hay discrepancias, podrá solucionarlas con diálogo antes que discutiendo.


TAURO 21 DE ABRIL | 20 DE MAYO
Asegúrese de no tomar decisiones en solitario en su relación sentimental, así evitará futuros conflictos de pareja. Está advertido.

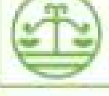

GÉMINIS 21 DE MAYO | 20 DE JUNIO
Es tiempo de preocuparse por su salud, alimentándose bien o realizando ejercicios. Escuche los consejos de la pareja.


CÁNCER 21 DE JUNIO | 20 DE JULIO
Estará preocupado porque las cosas marchan lentamente en lo laboral y provocará reacciones adversas. Tenga cuidado.


LEO 21 DE JULIO | 21 DE AGOSTO
Si pretende hacer muchas cosas a la vez, pierde el tiempo y, si no es inteligente, sus logros no serán suficientes para progresar.



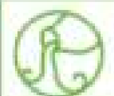
VIRGO 22 DE AGOSTO | 20 DE SEPTIEMBRE
No parece llegar la oportunidad que esperaba en lo profesional, aunque nunca se sabe cuándo puede surgir la ocasión. Paciencia.


LIBRA 21 DE SEPTIEMBRE | 22 DE OCTUBRE
Sus conocimientos profesionales son claros y su capacidad mental magnífica. Aproveche para consolidarse y mejorar.


ESCORPIO 23 DE OCTUBRE | 22 DE NOVIEMBRE
Las cosas parecerán acomodarse en lo laboral, así que no tiene nada que temer. No descuide a la pareja. Lo necesita.


SAGITARIO 23 DE NOVIEMBRE | 20 DE DICIEMBRE
No somos los sabelotodo. Siempre hay cosas nuevas que aprender tanto en la vida como en lo profesional. Entiéndalo de una vez.


CAPRICORNIO 21 DE DICIEMBRE | 19 DE ENERO
Muy favorable para reencontrarse sentimentalmente con la pareja. Prepárese para vivir momentos fantásticos. Ambos lo merecen.


ACUARIO 20 DE ENERO | 18 DE FEBRERO
Si quiere triunfar en lo laboral, debe tener fe en lo que hace y tomar responsabilidades cada vez mayores. Manos a la obra entonces.


PISCIS 19 DE FEBRERO | 20 DE MARZO
Si le exigen tomar decisiones apresuradas en el trabajo, postérguelas hasta estar seguro de lo que hará. Su prestigio está en juego.

CONSEJO SENTIMENTAL

¿DEBE HABLAR SOBRE SUS EX CON SU PAREJA?

Hablar sobre las exparejas con la pareja actual puede ser un gran paso hacia la confianza e intimidad; sin embargo, es importante encontrar un equilibrio y respetar los límites. Sea honesto y no tema compartir su pasado, pero evite hacer comparaciones.

QUÉ HACER ANTE UN SEGUNDO MATRIMONIO

Por lo general, para una persona divorciada, el segundo matrimonio suele funcionar mejor, según los expertos. No obstante, es fundamental sacar lecciones del pasado y utilizar ese aprendizaje para no repetir los mismos errores.

DESAFÍOS EN PAREJAS CON DIFERENCIA DE EDAD

Aunque el amor no entiende de edad, cuando hay una diferencia significativa entre las parejas, pueden surgir obstáculos que deben sortearse, como la opinión del entorno, intereses y metas diferentes, la adaptación sexual, las creencias, entre otros.



REFRÁN: EN CASA DE HERRERO, CUCHILLO DE PALO.

Significado: Donde algo debería ser fácil de conseguir, suele faltar. También describe a expertos que no aplican su saber.

FLORA Y FAUNA

cataujo@hotmail.com / Nº 6476



COMER *para* VIVIR

Nutricionista - Dietista CNP 3526

Magíster en Ciencias Básicas Médicas con Mención en Bioquímica

USO ADECUADO DE EDULCORANTES PARA UNA DIETA EQUILIBRADA

➔ Los edulcorantes artificiales o naturales pueden ser útiles, pero su uso debe ser moderado y consciente. Son una alternativa para quienes necesitan controlar su ingesta de azúcar, como personas con diabetes, sobrepeso o quienes buscan reducir calorías. Usados correctamente, ayudan a mantener estables los niveles de glucosa y a disminuir el riesgo de caries.

➔ Sin embargo, no deben incluirse en la dieta sin necesidad. Consumirlos indiscriminadamente puede alterar la percepción del sabor dulce, aumentando el deseo de alimentos más azucarados a largo plazo. Además, en personas sin restricciones dietéticas, priorizar frutas o alimentos naturalmente dulces es más saludable y aporta nutrientes esenciales.

➔ Elige edulcorantes aprobados por organismos de salud, revisa siempre las etiquetas y busca orientación del nutricionista. Siempre es mejor optar por lo natural.

@sarabusabbah
@SaraAbuSabbah
941273375
@fluyefibra
@elarandano_oficial
www.saraabusabbah.com